

# GEWINNEN SIE MIT GESUNDHEIT!

Sie können gewinnen:

- 1 Maxiwell 1 im Wert von 300 € von Casada Deutschland GmbH
- 1 x 50 € Center-Gutschein von den CITY-ARKADEN Wuppertal\*
- 1 x 20 € Center-Gutschein von den CITY-ARKADEN Wuppertal\*
- 3 x 10 € Center-Gutscheine von den CITY-ARKADEN Wuppertal\*
- 1 Fahrzeug-Sicherheits-Set vom Arbeiter-Samariter-Bund Deutschland e.V.
- 10 Sachpreise vom Apothekerverband Bergisch-Land e.V.
- 1 Paar MBT Schuhe vom Sanitätshaus C. Beuthel
- 5 Gutscheine für 1 Monat „all inklusive“ von fitness-eggermann
- 3 Gutscheine á 15 € „Cafe Dröppelminna“ von der Bergischen Diakonie
- 2 x Rucksack mit verschiedenen Inhalten von der DEVK

\* Die Center-Gutscheine sind in allen Shops der CITY-ARKADEN Wuppertal einlösbar.

## Teilnahmebedingungen:

Sie können an dem großen Gesundheits-Gewinnspiel teilnehmen, wenn Sie 18 Jahre oder älter sind. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter und Mieter der CITY-ARKADEN Wuppertal sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Eine Barauszahlung ist nicht möglich.

## Haben Sie den Gesundheitsparcours durchlaufen und mindestens 6 Gesundheitsmarken eingeklebt?

- Dann geben Sie bitte Ihren Namen und Adresse an und dann nichts wie hin zum IPO-Informationsstand. Dort können Sie Ihren Beleg abgeben und nehmen automatisch an der Verlosung teil. Die Gewinner werden selbstverständlich schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
- Achtung! Nur vollständige Belege nehmen an der Verlosung teil – und nur einmal pro Person!
- Ihre Daten werden nur für interne Zwecke der IPO gespeichert und wir sichern Ihnen eine streng vertrauliche Verwendung nach den einschlägigen datenschutzrechtlichen Vorgaben zu.
- Unsere Aussteller möchten Sie zukünftig über wissenschaftliche Neuigkeiten zu den Themenfeldern Gesundheit, Fitness und Wellness informieren oder auch Ihre Erfahrungen und Meinungen wissen. Hierzu bitten diese um Ihre Einwilligung.

Ich bin mit der Verwendung meiner Adresse zu diesem Zweck einverstanden.

Frau  Herr

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Geburtsjahr: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

# GRUSSWORT



Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Besucherinnen und Besucher des Gesundheitsforums, ich freue mich, dass die Messe „Gesundheit in Deutschland“ mit ihrem Beratungsangebot auch in diesem Jahr wieder in Wuppertal Station macht.

In dieser Woche dreht sich in den City-Arkaden alles um die Gesundheit und darum, was man tun kann, um gesund zu bleiben.

Theoretisch wissen wir alle, dass ein gesunder Lebensstil für unser eigenes persönliches Wohlergehen sorgt und auch der Gemeinschaft nutzt.

Aber unsere Lebens- und Arbeitsbedingungen machen es uns häufig schwer, das Wissen darum und unser Handeln dafür miteinander in Einklang zu bringen.

In dieser Woche haben Sie die Gelegenheit, sich während des Einkaufsbummels über gesunde Ernährung, Hautpflege, Fitness und andere präventive Maßnahmen beraten zu lassen. Und Sie können auch direkt zur Tat schreiten und beispielsweise an einer kostenlosen Zahnfarbestimmung oder einer Körperfettmessung teilnehmen, um Ihre ganz persönlichen Gesundheitsrisiken abzuschätzen.

Es ist wichtig, dass wir uns alle gegenseitig dabei unterstützen, gesund zu bleiben. Das kann am Arbeitsplatz sein, wie es viele Wuppertaler Unternehmen im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung machen.

Das kann im Familien- oder Freundeskreis geschehen mit Aktivitäten, die uns Spaß machen und gut tun – egal, ob es die selbst organisierte Fahrradtour, der Spaziergang im Wald oder ein Fitnesskurs in einem Wuppertaler Sportverein ist.

Liebe Wuppertalerinnen und Wuppertaler, sammeln Sie in dieser Woche beim Gesundheitsforum Anregungen, wie Sie Erkrankungen vermeiden und geben Sie auf sich Acht.

Denn ich wünsche uns allen, dass wir lange gesund bleiben!

Ihr

**Peter Jung,**  
Oberbürgermeister der Stadt Wuppertal

# IHR REGIONALES KOMPETENZ- NETZ AUF EINEN BLICK

Themen - Aussteller - Stand-Nr.

## Beratung rund um die Gesundheit

Apothekerverband Bergisch-Land e.V.	3
Arbeiter-Samariter-Bund Deutschland e.V.	10
Sanitätshaus C. Beuthel	1

## Essen + Trinken

natreen, Sara Lee C & T Germany GmbH	13
--------------------------------------	----

## Fit + Gesund

fitness-eggermann	6
-------------------	---

## Gesund im Alter

Bergische Diakonie	5
Deutsches Rotes Kreuz – KV Wuppertal e.V.	4

## Hören + Sehen

GEERS Hörakustik AG & Co. KG	12
------------------------------	----

## Sicherheit im Leben

DEVK Gebietsdirektion A. Kühl	11
-------------------------------	----

## Wellness

Casada Deutschland GmbH	7
-------------------------	---

## Zahngesundheit

Kauwerk e.K. (Mo.-Mi.)	14
------------------------	----

## Selbsthilfegruppen

ATTACKE Schlaganfall - Forum Wuppertal (Fr.-Sa.)	8
• Aphasie – Kreis Wuppertal e.V. (Sa.)	8
Kontakt- und Beratungsstelle für SHG (Mo.-Mi.)	9
Marfan Hilfe Deutschland e.V. (Mi.)	2
Pro Retina Deutschland e.V. (Do.-Fr.)	14
Selbsthilfegruppe Bluthochdruck Wuppertal (Do.)	8
SHG Atemwegserkrankung Wuppertal d. PLA e.V. (Mo.)	2
SHG – Parkinson – Wuppertal (Do.-Sa.)	9
• SHG-Schmerz Wuppertal /SHG – Deutsche Schmerzliga Haan (Do.-Sa.)	9
VPSAG Wuppertal (Mo.-Mi.)	8

## Organisation & Abwicklung



Königstraße 52 - 54 · 36037 Fulda  
Tel. 0661-3809099-2 · Fax 0661-3809099-9  
orga@gmh-gesundheitsmarketing.de  
www.gmh-gesundheitsmarketing.de

Öffnungszeiten der Veranstaltung: Montag - Samstag von 9.30 - 20.00 Uhr  
City-Arkaden Wuppertal • Alte Freiheit 9 • 42103 Wuppertal



Schirmherrschaft:  
Herr Peter Jung,  
Oberbürgermeister der  
Stadt Wuppertal



Mit  
großem  
Gesundheits-  
parcours!

**13. – 18.09.2010**

**CITY-ARKADEN**  
W U P P E R T A L



Gesundheit  
in Deutschland



**Montag, 13.09.2010**

- 11.00 Eröffnung durch Frau Silvia Kaut, Bürgermeisterin der Stadt Wuppertal und Sven Schulze, Center Manager**
- 15.00 Vortrag** Die Reise in den Sonnenuntergang? Der Demenzbegriff in seiner psychosozialen Dimension  
Bergische Diakonie, Herr Stefan Wilde
- 16.00** Der Fuß – Das Fundament des Körpers. Wir schauen auf Ihre Füße  
Sanitätshaus und Orthopädietechnik C. Beuthel, Wuppertal, Herr Jörg Loebbecke und Herr Peter Tempelmann
- 17.00** Fit und Gesund durch Tanzen – und das in jedem Alter  
TanzCenter Asfahl Gbr, Frau Heike Kronschnabel

**Dienstag, 14.09.2010**

- 10.30 Vortrag** Besser Hören – wieder mitten im Leben  
Geers Hörakustik, Frau Rebecca Wascher, Hörgeräteakustik-Meisterin, Hörtrainerin
- 16.00** BudoSport – Fitness für Körper und Geist  
Schule für Kampfkunst Wuppertal e.V., Herr Martin Sülz, 4. Dan Jiu Jitsu, 1. Dan Iaido
- 17.00** Fit und Gesund durch Tanzen – und das in jedem Alter  
TanzCenter Asfahl Gbr, Frau Heike Kronschnabel

**Mittwoch, 15.09.2010**

- 16.00 Vortrag** Tinnitus – Ohrgeräusche, Neues und Bewährtes für eine erfolgreiche Behandlung  
Geers Hörakustik, Frau Rebecca Wascher, Hörgeräteakustik-Meisterin, Hörtrainerin
- 17.00** Fit und Gesund durch Tanzen – und das in jedem Alter  
TanzCenter Asfahl Gbr, Frau Heike Kronschnabel

**Donnerstag, 16.09.2010**

- 14.00 Vortrag** Brandschutz im Haushalt und Rauchmelder im privaten Bereich  
Berufsfeuerwehr Wuppertal, Herr Klaus Prylewski

- 15.00 Vortrag** Lärmschutz – Wann beginnt Lärm, welchen Schutz gibt es wofür?  
Geers Hörakustik, Frau Rebecca Wascher, Hörgeräteakustik-Meisterin, Hörtrainerin
- 16.00 Vortrag** Lange gut leben – Der DRK-Hausnotruf  
Deutsches Rotes Kreuz – Kreisverband Wuppertal e.V., Herr Peter Hahn
- 17.00** Fit und Gesund durch Tanzen – und das in jedem Alter  
TanzCenter Asfahl Gbr, Frau Heike Kronschnabel
- 18.00** BudoSport – Fitness für Körper und Geist  
Schule für Kampfkunst Wuppertal e.V., Herr Martin Sülz, 4. Dan Jiu Jitsu, 1. Dan Iaido

**Freitag, 17.09.2010**

- 15.00 Vortrag** „Chronisch Schmerzkrank“ + „Parkinson“  
Schmerzlīga / Dt. Parkinson Vereinigung
- 16.00 Vortrag** Pflege und Betreuung von Menschen mit Demenz – Möglichkeiten und Grenzen professioneller und familiärer Hilfe  
Bergische Diakonie, Herr Stefan Wilde
- 17.00** Fit und Gesund durch Tanzen – und das in jedem Alter  
TanzCenter Asfahl Gbr, Frau Heike Kronschnabel
- 18.00** Blinde lesen für Sehende  
Blautor (Blinde Autoren), Frau Karin Ziegler

**Samstag, 18.09.2010**

- 14.00 Vortrag** Capoeira, lass dich vom Rhythmus mitreißen  
Capoeira San Cipriano, Herr Leif Müller
- 15.00 Vortrag** Hilfsmittel für den Höralltag – Auch ohne Hörgeräte besser hören  
Geers Hörakustik, Frau Rebecca Wascher, Hörgeräteakustik-Meisterin, Hörtrainerin
- 16.00** Fit und Gesund durch Tanzen – und das in jedem Alter  
TanzCenter Asfahl Gbr, Frau Heike Kronschnabel

Das Rahmenprogramm findet auf der Bühne im EG 1 in der Nähe von „Thalia“ statt. Programmänderungen vorbehalten.

Meine Zahnfarbe

Mein Hörwert

links	rechts
-------	--------

Mein Venenwert

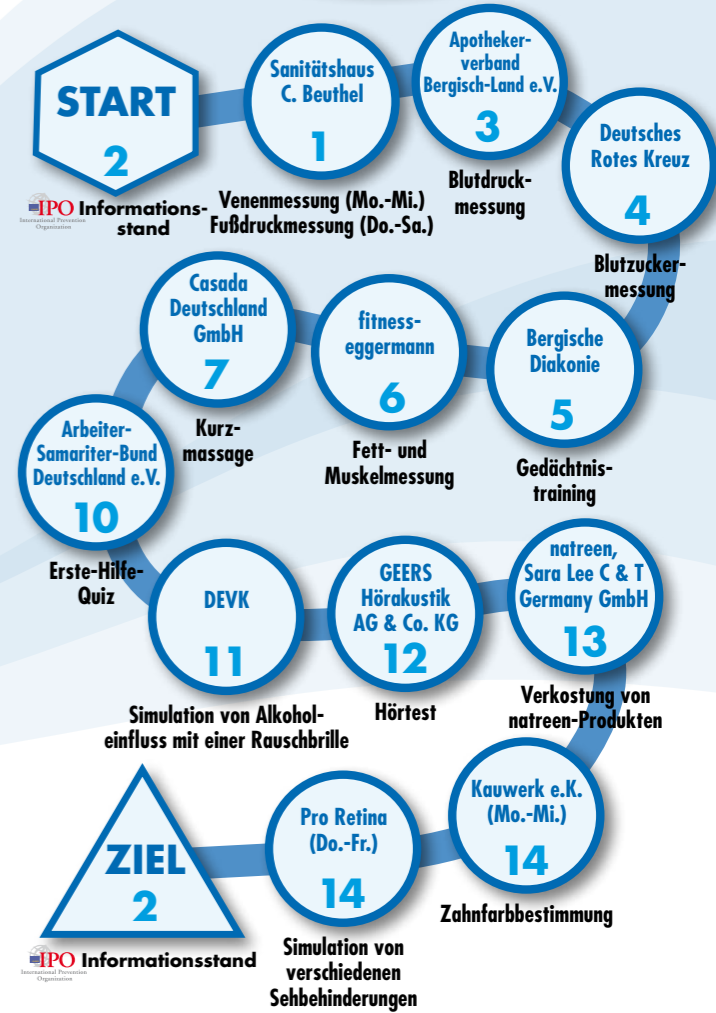
Mein Fußdruckwert

Mein Blutzuckerwert

Mein Blutdruckwert

Mein Fettwert

Mein Muskelwert



Bitte kleben Sie hier mindestens 6 Gesundheitsmarken ein und gewinnen Sie mit Gesundheit!